

บทที่ ๔

สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

๔.๑ สรุปผลการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) มีจุดมุ่งหมายเพื่อ ๑) ศึกษาหลักการรักษาพยาบาลตามแนวพุทธ ๒) วิเคราะห์หลักการรักษาพยาบาลตามแนวพุทธและการรักษาพยาบาลสมัยใหม่ โดยศึกษาข้อมูลจากเอกสาร (Documentary Research) วิเคราะห์ข้อมูลจากเอกสารเชิงเนื้อหา (Content Analysis) ซึ่งผู้วิจัยได้พบประเด็นที่สามารถนำมาสรุปผลการวิจัย อภิปรายผลและข้อเสนอแนะตามลำดับดังนี้

จากการศึกษาพบว่า

๔.๑.๑ หลักการรักษาพยาบาลผู้ป่วยตามแนวพุทธนั้น พระพุทธเจ้าทรงใช้วิธีการบำบัดรักษาและป้องกันโรคที่เกิดขึ้นกับพระองค์และพระภิกษุสงฆ์ที่อาพาธทางกายและทางใจดังนี้

ทางด้านร่างกาย อันประกอบด้วยธาตุ ๔ คือ ปฐวีธาตุ อาโปธาตุ วาโยธาตุ เตโชธาตุ ธาตุที่ ๕ คือ อากาศธาตุ มีลักษณะเป็นช่องว่าง ได้แก่ ตา หู จมูก ปาก คอ ทวารหนัก ทวารเบา ความไม่สมดุลของธาตุ ๔ ทำให้เกิดโรคทั้งทางกายและทางใจ ดังปรากฏในพระไตรปิฎกว่า อาพาธมีดีมีเสมหะ มีไข้ เป็นสมุฏฐาน อาพาธเกิดแต่ฤดูแปรปรวน การบริหารไม่สม่ำเสมอ ความเพียรเกินกำลัง วิกาของกรรม ความหนาว ความร้อน ความเครียด ความหิวกระหาย ปวดอุจจาระ ปวดปัสสาวะ ความสัมผัสแห่งเหลือบ ยุบ ลม แดง สัตว์เลื้อยคลาน การใช้สมุนไพร ยา และวิธีการในการรักษาสร้างภูมิคุ้มกันโรค ป้องกันโรค ทรงดำริวิธีบำบัด ทรงอนุญาตเภสัช ๕ ซึ่งเป็นทั้งยาและนำไปประกอบอาหาร ให้ภิกษุฉันได้ทั้งในกาลและนอกกาล ทรงอนุญาตมูลเภสัช กสาวเภสัช ปั่นณเภสัช ผลเภสัช ชตุเภสัช โลณเภสัช จุนเภสัช น้ำปานะ มีการใช้สมุนไพร ยาหลายประเภทและวิธีการในการกิน ดื่ม พอก ทา หยอดยา นัตถุยา สูดควัน ให้ความอบอุ่นและความร้อน เช่น รมควันรักษาโรคเรื้อน อาบน้ำอุ่น แช่วัยวะที่ปวดในน้ำอุ่น อบไอน้ำสมุนไพร การปฏิบัติตนในชีวิตประจำวัน ได้แก่ กินอาหารมีประโยชน์ ถูกหลักอนามัย พอประมาณ การขับถ่าย ความสะอาด การสุขาภิบาลสิ่งแวดล้อม การสวมเสื้อผ้าเหมาะสมกับสภาพอากาศ เน้นการสร้างภูมิคุ้มกันในร่างกายและการป้องกันโรค

ทางด้านจิตใจ การรักษาโรคที่เกิดขึ้นทางใจนั้น พระพุทธเจ้าทรงมีความเชี่ยวชาญในด้านการรักษาโรคทางใจโดยเฉพาะกล่าวคือ ทรงเป็นแพทย์ในทางวิญญูณ ท่านเปรียบเทียบโรคทางกาย รักษาด้วยแพทย์แผนปัจจุบันก็หายได้ แต่โรคทางวิญญูณ คือ โรคทางความคิดหรือโรคทางกิเลส ตัณหา ได้แก่ จิตหรือมโนส่วนลึกที่มันเป็นได้ด้วยอำนาจของกิเลส โดยเฉพาะคืออวิชชาหรือมิจฉาทิฎฐิ ต้องใช้แพทย์ทางวิญญูณ คือ “พระพุทธเจ้า” มารักษาด้วยยา คือ “ธรรมะ” เท่านั้น ถึงจะหายขาดจากโรคทางวิญญูณนี้ได้ โดยทรงมีวิธีการรักษาคือทรงใช้ญาณตรวจดูโรค เมื่อรู้ภาวะของเหล่าสรรพสัตว์แล้วก็ทรงวางยา (การแสดงธรรม) คือ ธรรมโอสธ เพื่อเป็นการสกัดตันตของโรคที่นอนเนื่องในสันดาน ได้แก่ ความโลภ ความโกรธ ความหลง ได้อย่างไม่มีใครยิ่งกว่า

๔.๑.๒ หลักการรักษาพยาบาลผู้ป่วยตามแนวพุทธและการรักษาพยาบาลสมัยใหม่ (แพทย์ทางเลือก) เป็นวิธีการที่สามารถป้องกันโรคที่จะเกิดขึ้นแก่มนุษย์ทั้งด้านร่างกายและจิตใจได้ แต่ในทางกลับกันเมื่อคนเรามีการดูแลสุขภาพตนเองก่อนแล้ว เมื่อถึงเวลาหนึ่งการรักษาด้วยวิธีการต่างๆ ที่อาจจะมีแตกต่างกันตามอาการของโรคก็เป็นเพียงการเยียวยารักษาในระดับหนึ่งเท่านั้น เมื่อร่างกายเกิดความเปลี่ยนแปลงไป สิ่งที่ดีที่สุดคือการป้องกันหรือการดูแลสุขภาพของตนเองก่อน เพราะเราย่อมรู้สาเหตุที่เกิดขึ้นของโรคนั้นๆ ได้เป็นอย่างดี แล้วปรับสมดุลของร่างกายด้วยวิธีการต่างๆ เช่น การบริโภคอาหาร การออกกำลังกาย การบริหารจัดการ การอยู่กับธรรมชาติและสุขลักษณะที่ถูกต้อง เป็นการรักษาพยาบาลที่สอดคล้องกับหลักการรักษาพยาบาลทั้งตามแนวพุทธและสมัยใหม่เพราะเป็นการรักษาที่ต้นเหตุนั่นเอง

๔.๒ อภิปรายผล

การศึกษาวិเคราะห์หลักการรักษาพยาบาลผู้ป่วยตามแนวพุทธและการรักษาพยาบาลสมัยใหม่ มีประเด็นที่ควรนำมาอภิปรายผลดังนี้

๔.๒.๑ ในครั้งพุทธกาลเมื่อหมู่ภิกษุสงฆ์เกิดอาพาธ พระพุทธเจ้าทรงอนุญาตให้ภิกษุมิเครื่องยาต่างๆ ไว้ใช้ตามความจำเป็นและเหมาะสมแก่โรคและทรงอนุญาตให้ใช้เภสัชสมุนไพร อาหาร และการใช้วิธีการต่างๆ นอกเหนือจากการใช้ยาในการบำบัดรักษาดังนี้

๑) ทรงอนุญาตเภสัช ๕ ได้แก่ เนยใส เนยข้น น้ำมัน น้ำผึ้ง และน้ำอ้อย เป็นได้ทั้งยาและมีคุณประโยชน์ทางโภชนาการ ทรงอนุญาตให้ภิกษุที่อาพาธด้วยโรคผอมเหลืองฉันอาหารไม่ได้รับประทานเก็บไว้ฉันได้นาน ๗ วัน และฉันได้ตลอดเวลา

๒) ทรงอนุญาตให้ใช้อาหารเป็นยาและบำรุงสุขภาพตามที่ระบุไว้ คือ น้ำข้าวใส น้ำต้มกล้วยไม้ขี้หนู น้ำต้มกล้วยขี้หนู น้ำต้มเนื้อ ทรงอนุญาตให้ภิกษุอาพาธที่ฉันยาถ่าย ใช้บำรุงสุขภาพได้ ข้าวยาคุ เมื่อครั้งที่พระพุทธเจ้าทรงประชวรด้วยโรคลมในพระอุทร พระอนนทได้ต้มข้าวยาคุซึ่งปรุงด้วยข้าวสาร กล้วยและงาบดถวาย ทรงดื่มแล้วหายจากการประชวร พระพุทธเจ้าตรัสว่า ข้าวยาคุเป็นยามีประโยชน์ ๕ ประการ คือ บรรเทาความหิว บรรเทาความกระหาย ทำให้ลมเดินคล่อง ชำระลำไส้ และช่วยย่อยอาหาร

๓) การใช้ความร้อน เมื่อภิกษุอาพาธด้วยโรคลมตามอวัยวะเพื่อบำบัดรักษาโรค ทรงอนุญาตการเข้ากระโจมรมเหงื่อ รมด้วยใบไม้ การรมใหญ่ และทรงอนุญาตน้ำต้มใบไม้ชนิดต่างๆ ใส่อ่างสำหรับอาบหรือแช่ได้ ทรงอนุญาตให้รมคว้น ทรงอนุญาตเรือนไฟสำหรับอบตัว

๔) การพักผ่อนอิริยาบถ สมัยหนึ่ง พระพุทธเจ้าแสดงธรรมเกือบตลอดทั้งคืน พระองค์ทรงมีอาการปวดหลังทรงใช้การบำบัดด้วยวิธีการพักผ่อน ดังพุทธพจน์ที่ว่า “สารีบุตร...จงแสดงธรรมมีกถาแก่ภิกษุทั้งหลาย เราเมื่อภายหลัง จักขอพักผ่อนสักหน่อย”

๕) ทรงอนุญาตให้ทำการผ่าตัด ภิกษุที่อาพาธเป็นเนื้องอกที่ยื่นออกมา ทรงอนุญาตให้ทำการผ่าตัดด้วยวิธีต่างๆ คือ การผ่าตัดเนื้องอก ทรงอนุญาตให้ตัดด้วยเกลือ น้ำมันทาแผล ผ้าเก่าชุบน้ำมันที่ไหลเอี่ยม

๖) การเสด็จเยี่ยมและพยาบาลภิกษุไข้ ครั้งหนึ่งพระองค์เสด็จเยี่ยมภิกษุที่โรงไข้ (คิลานศาลา) ทรงพบภิกษุรูปหนึ่งอาพาธถูกทอดทิ้งนอนจมอุจจาระไม่มีใครพยาบาลพระองค์รักษาพยาบาล

ดังพุทธดำรัสว่า “อานนท์เธอไปตักน้ำมา เราจะอาบน้ำให้ภิกษุนี้” พระอานนท์ทูลสนองพระดำรัสแล้ว ตักน้ำมาถวาย พระผู้มีพระภาคทรงราดน้ำ ทานพระอานนท์ขัดสี พระผู้มีพระภาคเจ้าทรงประคอง ศีรษะขึ้นท่านพระอานนท์ยกเท้าวางบนเตียง จะเห็นได้ว่า พระพุทธเจ้าทรงให้ความสำคัญต่อ สิ่งแวดล้อมของผู้ป่วย ความสะอาดทางร่างกาย สิ่งแวดล้อมที่ เป็นระเบียบเรียบร้อย ปลอดภัยโล่ง สบาย เป็นปัจจัยหนึ่งส่งเสริมให้ผู้ป่วยหายเร็วขึ้น ซึ่งมีความสอดคล้องกับงานวิจัยของ **อุทัยวรรณ เลาประเสริฐสุข** ที่ได้ทำการศึกษาเรื่อง “พุทธวิธีบรรเทาทุกข์ยามเจ็บป่วย” พบว่า แนวทางการ แก้ไขปัญหาความเจ็บป่วยตามวิธีของพระพุทธเจ้าว่ามีอยู่ ๒ ระดับ คือระดับโลกียะ เป็นพุทธวิธีที่ทรงมี เป้าหมายเพื่อการบรรเทาทุกข์ยามเจ็บป่วยและระดับโลกุตตระเป็นพุทธวิธีที่ทรงมีเป้าหมายเพื่อการ ดับทุกข์ คือ บรรลुพระนิพพาน โดยทั้ง ๒ วิธีนี้ สามารถนำไปเลือกใช้ได้ตามความเหมาะสม และมีความจำเป็นกับความต้องการของแต่ละบุคคลได้อย่างดียิ่ง พระพุทธเจ้าทรงมีแนวทางในการแก้ ปัญหาสุขภาพและความเจ็บป่วย ๒ แนวทางใหญ่ๆ คือ ๑) การป้องกัน ด้วยการดูแลสุขภาพ อนามัยอย่างครบถ้วนทั้งทางด้านกายภาพและจิตภาพ ๒) การรักษาโรคด้วยพระธรรม ซึ่งทรงนำเอา หลักธรรมชั้นสูงหมวดต่าง ๆ ที่ทรงได้จากการตรัสรู้มาบำบัดรักษาโรค

๔.๒.๒ การรักษาพยาบาลสมัยใหม่ (แพทย์ทางเลือก)

การสะสมสารพิษในร่างกายเป็นสาเหตุให้เกิดอาการปวดศีรษะบ่อย หงุดหงิด ปวดเมื่อย หลัง อ่อนเพลีย ประสาทตึงเครียด เป็นต้น การรักษาพยาบาลผู้ป่วยด้านร่างกายสมัยใหม่โดยการ รับประทานอาหารตามธรรมชาติที่มีการปรุงแต่งรสชาติน้อย การรับประทานสมุนไพร การ รับประทานอาหารเพื่อปรับสมดุลในร่างกาย การแช่มือและเท้าในน้ำสมุนไพร การพอก ทา หยอด ประคบ อบ อาบด้วยสมุนไพร การออกกำลังกาย การทำโยคะ การรักษาที่ได้รับความนิยมในปัจจุบัน คือ การทำกัวซา หรือดูดซาหรือดูดพิษหรือดูดลม และการสวนล้างลำไส้ใหญ่ (ดีทอกซ์) เพื่อขับ สารพิษออกจากร่างกาย เป็นต้น

การรักษาพยาบาลผู้ป่วยด้านจิตใจตามแนวสมัยใหม่ (แพทย์ทางเลือก) คือ การใช้ธรรมะ มาจัดสิ่งปนเปื้อนออกจากจิตใจโดยการเจริญจิตภาวนาและวิปัสสนากรรมฐานเพื่อให้จิตใจไม่ขุ่นมัว ตึงเครียด รู้เพียรรู้พักให้พอดีซึ่งมีความสอดคล้องกับ**สมพร บุขราทิจ** ที่ได้กล่าวไว้ในหนังสือ “พุทธ วิธีจิตบำบัด” ว่า พุทธวิธีจิตบำบัดเป็นการรักษาโดยอิงมนุษยวิทยา (Humanistic Approach) เกี่ยวกับปรัชญา การคิดอย่างมีเหตุผลและพระพุทธศาสนาจัดอยู่ในประเภทนี้ สรุปได้ความว่าการนำ พระพุทธศาสนามาใช้ในการทำจิตบำบัดทำได้สองทาง คือ การศึกษาปฏิบัติธรรมโดยตรงมีเป้าหมาย คือการบรรลุธรรม เข้าถึงภาวะที่จิตสงบ สันทุกข์ และอีกทางหนึ่งนั้นเป็นการนำหลักพระพุทธศาสนา มาประยุกต์ใช้ ซึ่งเป้าหมายของการรักษา (การปฏิบัติธรรม) คือ การค้นหาว่ามีอะไรตกค้างอยู่ในใจ บ้าง ขจัดสิ่งตกค้างอันเป็นสิ่งปนเปื้อนออกไปจากใจ เมื่อใจสะอาดมีสิ่งปนเปื้อนน้อยลงเท่าใดการรับรู้ โลกการรู้จักชีวิตก็จะเป็นจริงมากขึ้น สิ่งเร้าต่างๆ ที่เคยทำให้จิตใจวุ่น ไม่สงบ ก็ไม่มีอิทธิพลอีก ต่อไป เป็นใจที่ สงบ เอิบอิ่มรู้จักโลก รู้จักชีวิตตามที่ เป็นจริงและมีสุขภาพจิตสมบูรณ์และสอดคล้อง กับงานวิจัยของ**พระอธิการไพศาล กิตติภทโท** (บำรุงแก้ววัน) ที่ได้ทำการศึกษาเรื่อง “การศึกษา วิเคราะห์ เรื่องการประยุกต์ใช้พุทธปรัชญาในการบำรุงรักษาจิตผู้ป่วย” พบว่า ร่างกายและจิตใจทั้งสองนี้มีความสัมพันธ์กัน เมื่อมนุษย์ป่วยทางด้านร่างกาย จิตใจก็พลอยกระทบกระเทือนไปด้วย ในทำนองเดียวกัน เมื่อมนุษย์ไม่สบายใจ ร่างกายก็พลอยกระทบกระเทือนไปด้วย การบำบัดรักษาต้อง

ดำเนินควบคู่กันไปทั้งด้านร่างกายและจิตใจ บางคนป่วยใจมากกว่าป่วยกาย เมื่อจิตใจสำคัญกว่าร่างกายเช่นนี้ พระพุทธศาสนาจึงเน้นเรื่องการดูแลจิตใจเป็นสำคัญ การนำหลักธรรมมาประยุกต์ใช้ในการบำบัดดูแลผู้ป่วยด้านจิตใจ เป็นวิถีทางบำบัดรักษาที่มี เหตุผลทางวิทยาศาสตร์รองรับ ส่งผลให้การบำบัดโรคทางกายหายได้ไวหรือไม่ลุกลามไป การศึกษาพบว่า พระพุทธศาสนาเกี่ยวข้องกับการแพทย์และการเยียวยา ๒ ด้าน คือ ด้านสัจธรรม คือ การดูแลรักษาชีวิตตามธรรมชาติ กับด้านจริยธรรม คือ การดูแลรักษาโรคที่ เกิดขึ้นทั้งทางกายและจิตใจด้วยการเน้นการกระทำที่ถูกต้องดีงาม เป็นประโยชน์แก่คนใช้อย่างแท้จริง

๔.๓ ข้อเสนอแนะ

จากการศึกษาวิเคราะห์หลักการรักษาพยาบาลผู้ป่วยตามแนวพุทธและการรักษาพยาบาลสมัยใหม่ ผู้วิจัยได้พบประเด็นที่น่าสนใจควรแก่การศึกษาค้นคว้าจึงมีข้อเสนอแนะดังนี้

๔.๓.๑ ข้อเสนอแนะทั่วไป

พระพุทธศาสนาถือว่าความเจ็บป่วยเป็นปัญหาสำหรับมนุษย์เช่นเดียวกับความแก่และความตายเพราะความเจ็บป่วยเป็นกระบวนการของชีวิตที่ดำเนินไปตามกฎธรรมชาติซึ่งใครๆ ไม่อาจปฏิเสธได้ ดังที่พระพุทธองค์ทรงตรัสไว้ว่า “เรามีความแก่เป็นธรรมดา ไม่ล่วงพ้นความแก่ไปได้ เรามีความเจ็บเป็นธรรมดา ไม่ล่วงพ้นความเจ็บไปได้ เรามีความตายเป็นธรรมดา ไม่ล่วงพ้นความตายไปได้” ดังนั้นมนุษย์จึงพยายามแสวงหาวิธีการเอาชนะความเจ็บป่วยด้วยรูปแบบวิธีการต่างๆ เพื่อให้ตัวเองปลอดภัยจากการเจ็บป่วยนั้น ในสมัยโบราณมนุษย์ใช้หลักการรักษาพยาบาลผู้ที่มีอาการเจ็บป่วยด้วยวิธีการทางธรรมชาติ กล่าวคือ การใช้ยาสมุนไพรที่หาได้ตามธรรมชาติไม่ว่าจะเป็นแบบรับประทาน แบบทา แบบพอกภายนอก ผู้ที่จะทำการรักษาพยาบาลได้ต้องเป็นผู้รู้และเข้าใจเกี่ยวกับสมุนไพรที่มีอยู่อย่างหลากหลายในธรรมชาติและสามารถนำมาประกอบหรือปรุงเป็นยารักษาผู้ป่วยตามอาการของโรคที่เกิดขึ้น

๔.๓.๒ ข้อเสนอแนะเชิงปฏิบัติ

การหลีกเลี่ยงพฤติกรรมที่เป็นมูลเหตุที่ก่อให้เกิดโรค อาจช่วยป้องกันการเกิดโรคได้ อย่างไรก็ตามเมื่อเจ็บป่วยด้วยโรคบางอย่างก็อาจแก้ไขได้โดยการปรับปรุงพฤติกรรม เช่น การออกกำลังกายและการดัดตนด้วยท่าฤๅษีดัดตนซึ่งเป็นภูมิปัญญาของไทยที่เน้นการจัดโครงสร้างของร่างกายให้เข้าที่ด้วยตนเอง นอกจากนี้ ยังมีวิธีการรักษาโรคทางกายด้วยการรับประทานอาหารตามธรรมชาติที่ปรุงแต่งรสชาติน้อยเข้าสู่ร่างกาย การรับประทานสมุนไพร การใช้ธรรมะบำบัดและการขับสารพิษออกจากร่างกาย

๔.๓.๓ ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยต่อไป

๑) ควรศึกษาวิธีการดูแลรักษาสุขภาพของพระสงฆ์ไทยตามแนวแพทย์แผนไทยและแพทย์ทางเลือก

๒) ควรศึกษาวิเคราะห์พืชสมุนไพรที่จะนำมาทำการรักษาพยาบาลผู้ป่วยตามแนวพุทธและแพทย์ทางเลือก

๓) ควรศึกษาวิเคราะห์การส่งเสริมสุขภาพด้วยสมุนไพรที่เป็นทั้งยาและอาหารในสถานศึกษาและในชุมชน